

# テクノ通信



## 旬の食材

なす

なすに含まれる成分は、約94%が水分ですが、ビタミンB群·Cなどのビタミン、 カルシウム・鉄分・カリウムなどのミネラル成分、食物繊維などをバランス良く含んでいます。 また、なすには皮に紫黒色の色素「アントシアニン」、一般的になすのアクと呼ばれるクロロゲン酸 などの抗酸化成分「ポリフェノール」が含まれています。

これらの成分は、体の老化を防ぐ、動脈硬化の予防、がんの発生・進行を抑制するなどの作用が あります。

### おススメレシピ!



## 冷たいナスのぶっかけそうめん

材料(2人分)		そうめん	2束
なす	4本	かいわれ	1/2 パック
塩	大さじ1	長ネギ	10cm
ごま油	大さじ2	大葉	5枚
めんつゆ	100cc	みょうが	1個
水	2 0 0 c c	七味or一味	お好みで
みりん	大さじ1		
しょうが	1かけ		



なすは大きめの乱切りにし、 塩をして10分置きます



そうめんを茹でて、冷水でしっかり 洗って水を切り、器にそうめん、冷やした4と すりごま、お好みの薬味をのせて完成です。



すりごま

なすの水分をしっかりペーパータオル を加えて約15~20分煮ます。 で拭いて、ごま油で軽く炒めます。

ソースパンを中火にかけ



大さじ2

2にめんつゆ・水・みりん・しょうが



しっかり冷まします。



長ネギは白髪ねぎにし 水にさらします。 大葉は千切り、かいわれは 根っこを切り、みょうがは薄切り にします。

#### 良いナスの見分け方

- ・皮の色が濃く、光沢のあるもの
- ヘタについているトゲがチクチクするほど鋭くとがっているもの
- ・ヘタの切り口がみずみずしく、乾いていないもの
- ・皮が薄いもの。あまり厚いのは美味しくない。
- ·重みがあるもの

#### ナスの保存方法

- ・冷蔵庫なら10度くらいで野菜室に。それ以下になると低温障害 (種の周りが黒っぽくなる)になるので注意!
- ・水分が蒸発して乾燥しないようにラップに包むか、ビニール袋に入れ 新聞紙に包んで保存。

野菜は鮮度が命ですので、購入後はなるべく早く食べるようにして下さい。



## お盆の「キュウリの馬」「ナスの牛」は、なぜキュウリとナスなの?



お盆には亡くなった人が足の速いキュウリの馬に乗ってやって来て、帰りにはゆっくりと景色を眺めながらナスの牛に 乗って帰っていくと言われています。

地域によっては、行きも帰りもキュウリの馬に乗り、ナスの牛には荷物を載せて運ぶとも言われています。 これがなぜキュウリやナスなのか、その理由ははっきりしません。おそらく夏の時期に多く採れる野菜のため、手に入り やすく、またどこでも収穫できる野菜であったことから、広く全国的にキュウリとナスが使われているものと考えられています。



断熱材のお話

「断熱材」という<mark>言葉は皆さんお聞きに</mark>なったことがあると思いますが、断熱材はその言葉どおり断熱をする材料の事です。 断熱材が入っていない、もしくは断熱施工があまい建物の場合、夏は暑い太陽熱が、冬は冷たい冷気が外から家の中に 入り込み、クーラーやストーブの効きがとても悪く、おまけに部屋が冷やされる(暖まる)前に冷気(暖気)が逃げてしまい。 エアコンをつけっ放しにしないと快適に過ごせない状態になります。この様にならない為に建物に断熱をする事が必要に なってきます.

夏は涼しく、冬は暖かハ・・、四季を通して快適に暮らすためには、外気の温度や湿度の影響を受けにくい 高断熱・高気密住宅を造る必要があります。

住み心地のいい高断熱・高気密住宅を造る上で最も大きな役割を果たしているのが、「住宅用ロックウール断熱材」 です。

徵

**断熱性**・・微細なロックウール繊維の隙間に大量の動きにくい空気を含むことにより、 優れた断熱性能を発揮します。「動かない空気の壁」をつくって、熱の移動を防ぎ、 外気の熱さ、寒さもシャットアウトします。

耐久性・・水に強い樹脂バインダーを使用し、経年変化がほとんどないため、温度のムラのない 高い断熱効果を長期にわたり維持します。

<mark>防火・耐熱性・・</mark>ロックウールは火に強く、基材自体の持つ防火性(耐熱性)により、万一の火災時の延焼から住まいを守るのに大きく役立ちます。

耐水性・・吸水性が小さく脱水性が高いたうめ水を抱え込みにくいというロックウールの特性に加え、製品の片面に防湿性の高い防湿層を施すことに より、躯体腐食の原因となる内部結露を防ぎ、優れた断熱性能を維持します。

<mark>防音・吸音性・・</mark>住宅用ロックウール断熱材は、繊維間に詰まった空気が音のエネルギーをしっかり吸収します。この優れた防音・吸音性能が、心から くつろげる静かな居住空間を生み出します。



### テクノストラクチャー工法の住宅はロックウールが

壁に55mm天井に155mm入っています。また、床下には**ポリスチレンホーム**が65mm入っています。 さらに窓はLOW-E複層ガラス採用で、非常に断熱性に優れた高断熱・高気密住宅です。 (高断熱・高気密住宅には24時間換気システムが義務づけられています。)



# イベントのご案内!

## 暑さ対策特別ご相談会

LOW-Eガラス(熱反射ガラス)による暑さ軽減体験



高温多湿の日常ですから、暑さ対策はしっかりしたいですよね! 最近は地球温暖化も進み、気候変動も大きくこれからが不安ですが、 テクノホーム柏羽藤では地域に密着した安全安心の最新の家づくりを ご提案しております。

この度、日頃の感謝を込めてイベントを開催させて頂きます。 お気軽にお越しください。



暑い時期の特別ご相談会として、実際に、単板硝子・ペアマルチ・ペアマルチスーパーに触れていただきまして 冷暖房の効率、電気代、夏の日射対策等分かりやすくご説明させて頂きます。



## $10:00 \sim 17:00$

日時 8月1日(月)~8月7日(日)

## 場所 テクノホーム柏羽藤モデルハウス

ご予約・お問い合わせは 072 - 957 - 1717までお願いします。

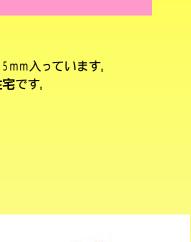
( 予約制とさせていただいております。)



ご来場いただきましたお客様には もれなく素敵な風鈴をプレゼントさせていただきます!!



8月9日(火)~16日(火)は お盆休みを頂きますので、ご了承頂きますよう よろしくお願い致します。



**AMMAT** 

BHUSH

55×425×1560

**AMM**A

55×425×1360